



4月 中学校給食献立表

春日井市教育委員会
学校給食課

今月の献立目標 給食に親しもう

日 曜	献立名	主な材料とその働き					
		赤体をつくる		緑体の調子を整える		黄体を動かすエネルギーになる	
		1群 魚・肉・卵・大豆など タンパク質	2群 牛乳・小魚・海藻など 無機質	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・果物・きのこ ビタミン・無機質	5群 米・パン・めん・いもなど 炭水化物	6群 油脂・種実など 脂質
9 火	ごはん 牛乳		牛乳			米	
	さくらのすまし汁	豆腐 かまぼこ 油揚げ		にんじん みつば	大根 えのきたけ	じゃがいも 小麦粉	
	ごぼう入りつくね(3個) 切り干し大根のごま和え	鶏肉			たまねぎ ごぼう きゅうり 切り干し大根	砂糖 砂糖	白ごま ごま油
	ヨーグルト		ヨーグルト				
⑩ 10 水	ごはん 牛乳		牛乳			米	
	スタミナ汁	豆腐 豚肉 油揚げ 合わせみそ		にんじん	たまねぎ ねぎ にんにく	じゃがいも	
	まぐろの甘辛煮 きざみたくあん 手巻きのり	まぐろ油漬			キャベツ しょうが 大根	砂糖 砂糖	
	ソフトめん 牛乳		牛乳			ソフトめん	
11 木	ミートソース	豚肉 牛肉 大豆	チーズ 脱脂粉乳	にんじん トマト	たまねぎ マッシュルーム グリーンピース	トマトルウ 砂糖	
	アスパラガスとコーンのサラダ			アスパラガス	キャベツ とうもろこし	砂糖	サラダ油
	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦	
	卵とじ	卵 鶏肉		にんじん さやいんげん	たまねぎ しいたけ	じゃがいも 砂糖	
12 金	飛び魚カツ キャベツのゆかり和え	たら 飛び魚		にんじん 赤しそ	たまねぎ キャベツ	パン粉 砂糖	米油
	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦	
	みつば入りさわにわん	豚肉 かまぼこ		にんじん みつば	ごぼう たけのこ	ながいも	
	生揚げの肉味噌あえ ココア牛乳のもと	生揚げ 鶏肉 豆みそ		にんじん	たまねぎ	砂糖 小麦粉 砂糖	ココア
⑪ 16 火	ごはん 牛乳		牛乳			米	
	えがおのカレーシチュー	豚肉		にんじん	たまねぎ マッシュルーム にんにく	じゃがいも カレールウ	
	ツナサラダ みかんとにんじんのゼリー	まぐろ油漬		にんじん にんじん	きゅうり とうもろこし みかん	砂糖 砂糖	オリーブ油
	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦	
17 水	豆腐とキャベツのスープ	豆腐 豚肉		にんじん	キャベツ にんにく	小麦粉	ごま油
	ブルコギ	牛肉		黄パプリカ にんじん	たまねぎ ねぎ にんにく	砂糖 小麦粉	白ごま ごま油
	ブルーン				ブルーン		
	スライスパン はっこう乳		はっこう乳			パン	
18 木	大豆とチキンのトマト煮	大豆 鶏肉		にんじん トマト	たまねぎ とうもろこし マッシュルーム セロリ にんにく	砂糖	
	コロケ	豚肉 牛肉			たまねぎ	じゃがいも 小麦粉	米油
	キャベツのサラダ				キャベツ	砂糖	サラダ油
	いちごジャム				いちご	砂糖	
19 金	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦	
	肉じゃが	豚肉		にんじん	たまねぎ こんにゃく グリーンピース	じゃがいも 砂糖	
	おひたし	かまぼこ	しらす干し	にんじん ほうれん草	もやし キャベツ	砂糖	白ごま
	型抜きチーズ		チーズ				
22 月	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦	
	豚汁	豆腐 豚肉 豆みそ		にんじん	大根 ねぎ	さといも	
	ひじき入り鶏そぼろ	鶏肉	ひじき	にんじん	たまねぎ とうもろこし グリーンピース	砂糖	
	オレンジ				オレンジ		
23 火	くろロールパン 牛乳		牛乳			パン	
	じゃがいもスープ	鶏肉	牛乳 生クリーム	にんじん パセリ	たまねぎ マッシュルーム	じゃがいも	バター
	キャベツとウインナーのソテー	ポークウインナー		にんじん	キャベツ		米油
24 水	わかめごはん 牛乳		わかめ 牛乳			米	
	にら入り春雨スープ	鶏肉 いか		にんじん にら	たまねぎ たけのこ	はるさめ	
	揚げえびしゅうまい(3個)	えび たら			たまねぎ	パン粉 小麦粉 小麦粉	米油
	きゅうりのナムル			にんじん	きゅうり	砂糖	白ごま ごま油

① 都合により献立を変更する場合があります。 ② すべての食材を表記しているものではありません。 ③ 主食となるめん類は前日に製造しています。
④ ♪マークは、食缶・フライ缶のおかず、特定原材料8品目（卵・乳・小麦・えび・かに・そば・落花生・くるみ）を使用していない献立です（調味料を除く）。

日 曜	4月 献立名	主な材料とその働き					
		赤体をつくる		緑体の調子を整える		黄体を動かすエネルギーになる	
		1群 魚・肉・卵・大豆など タンパク質	2群 牛乳・小魚・海藻など 無機質	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・果物・きのこ ビタミン・無機質	5群 米・パン・めん・いもなど 炭水化物	6群 油脂・種実など 脂質
25 木	ごはん 牛乳 ふき入りがめ煮 厚焼き卵のおろしだれかけ もやしと小松菜の塩昆布あえ	さつま揚げ 鶏肉 油揚げ 卵	牛乳	にんじん	こんにゃく れんこん ふき 大根 もやし	米 さといも 砂糖 砂糖 でん粉 砂糖	
26 金	① ごはん 牛乳 マーボ豆腐 パンパンジーサラダ	豆腐 豚肉 豆みそ 鶏肉	牛乳	にんじん	たけのこ ねぎ しょうが にんにく きゅうり とうもろこし	米 砂糖 でん粉 砂糖	ごま油 白ごま ごま油
30 火	ごはん 牛乳 えがおのハヤシチュー いかなゲツ(3個) ミニサラダ	豚肉 いか たら	牛乳	にんじん トマト	たまねぎ マッシュルーム にんにく キャベツ とうもろこし	米 じゃがいも ハヤシルウ 砂糖 小麦粉 でん粉	米油 ドレッシング



ご入学・ご進級おめでとうございます

みなさんの心と身体の健やかな成長を願い、安全でおいしく食べられるように心を込めて給食をつくっていきます。給食を通して食事のマナーや感謝の心、食文化、望ましい栄養や食事のとり方などを一緒に楽しく学んでいきましょう。1年間よろしくお祈りします。

福岡県の郷土料理

25日(木)
ふき入りがめ煮



がめ煮は、博多の方言で「寄せ集める」という意味の「がめくりこむ」から名前がついたそうです。「筑前煮」とも呼ばれ、正月やお祭りなどのお祝い事の日に作ります。具たくさん煮物で、野菜をたくさん食べることができるので、体の栄養バランスを整えるのにぴったりの料理です。

給食のお米と牛乳



給食のお米は、春日井市およびその近郊で作られた「あいちのかおり SBL」というお米を使っています。給食は、白米以外に、ロウカット玄米、麦やわかめを入れたごはんが出ます。また、牛乳は、愛知県内で飼育されている乳牛からしぼったお乳です。

いいともあいち運動

生産者と消費者が一緒になって、愛知県の農林水産業を支えていこうという地産地消の運動です。いいともあいち運動のシンボルとして「あいまる」というマークがあります。春日井市の献立表では、愛知県産食品を「あいまる」とともに紹介していきます。お楽しみに。今月は「ふき」です。



ふき

ふきは、数少ない日本原産の野菜で、全国で栽培されています。特に愛知県での生産が盛んで、スーパーなどに出回っているふきの約4割が愛知県産です。愛知県の伝統野菜である「愛知早生ふき」は、明治時代から知多半島で栽培されていて、柔らかく食べやすいです。地元の味をおいしくいただきます。

献立表から春が旬の食材を探してみましょう！春の野菜は香りが豊かでやわらかく、みずみずしいのが特徴です。食材そのものの味わいを楽しみながら食べてみるのもいいですね。



みつば



キャベツ



たまねぎ



アスパラガス



とびうお



にら



たけのこ



ふき

<学校給食費の納期限等のお知らせ>

単価	対象月	納期限・口座振替日	予定金額	給食日数
285円	2月分	令和6年4月1日(月)	5,415円	19日
	3月分	令和6年4月30日(火)	3,705円	13日

※ 口座への入金、納期限(口座振替日)の前日までにお願いします。

※ 給食提供日の4日前(土日祝休日等を除く)までに、欠席等により給食を食べない旨、学校に連絡がない場合は、給食費を請求させていただきます。

市のホームページに、アレルギー献立表を掲載しています



毎月19日は食育の日
～おうちでごはんの日～

